

COLL. 1
WF
200
8 C697NYS

Clinic for Pulmonary Diseases

of the DEPARTMENT OF HEALTH

CITY OF SYRACUSE

508 EAST FAYETTE ST.

ADVICE FOR PATIENTS

Be hopeful and cheerful, for your disease can be cured, although it will take some time.

Carefully obey your physician's instructions. You may improve steadily for months, and lose it all by carelessness. Improvement does not mean cure; therefore continue to come to the Clinic as long as you are directed to do so.

Do not talk to anyone about your disease, except your physician or nurse.

Do not listen to tales of other patients, or follow their suggestions or those of others concerning the treatment of your disease.

Your spittle contains germs and is dangerous to yourself, your family and your neighbors when not properly taken care of.

When in the house always spit into a spittoon half full of water; empty the vessel into the closet at least once a day and rinse it with boiling water.

It is much better, however, to use paper spit cups which can be burned after use. The Clinic will supply you with these.

When outdoors, spit in one of the paper pouches furnished by the Clinic, and burn it after use. You may also use pieces of muslin, carrying them in a paper bag, and burning bag and all on your return home.

If you should be outdoors and have nothing with you to receive your spittle, spit into the gutter. *Never spit on the sidewalk.* Never swallow your spittle.

Handle the soiled personal and bed linen, especially handkerchiefs, as little as possible in the dry state. When soiled, place these articles in water until ready to be washed.

Always wash your hands thoroughly before eating, and clean your finger nails.

Shave your beard, or wear it closely clipped. Do not kiss anyone.

In the treatment of your disease, fresh air, good food, and a proper mode of life are more important than medicines. Take no medicine that is not ordered by your physician.

Stay in the open air as much as you can; if possible, in the parks, woods or fields. Do not be afraid of cold weather. Avoid draughts, dampness, dust and smoke. Dust and smoke are worse for you than rain and snow. Don't be afraid of night air; it is not harmful and contains less dust than day air.

Never sleep or stay in a hot or close room. Keep it always well ventilated.

Keep at least one window open in your bedroom at night.

Have a room to yourself, if possible; if not, be sure to have your own bed.

When indoors, remain in the sunniest and best ventilated room. The room should preferably be without carpets; small rugs may be allowed.

No dust or cleaning should be done while the patient is in the room.

Cleaning should be done only with mops or moist rags.

Draperies, velvet furniture and dust-catching materials should not be in the patient's room.

Wear underwear according to the season. Don't wear chest protectors.

Dress comfortably and sensibly, and avoid garments constricting neck and chest.

Keep your feet dry and warm. Wear overshoes in snowy or damp weather.

Avoid all unnecessary exertion. Never run; never lift heavy weights. Never take any kind of walking, breathing or other exercise when you are tired, nor take them to the extent of getting tired. The kind and amount of exercise which you should take will be prescribed for you by your physician.

Go to bed early and sleep at least eight hours.

If you have to work take every chance to rest that you can get when off duty.

Keep your body clean and take a warm bath once a week; take cold douches or cold baths according to the directions of your physician.

Take a half hour's rest on the bed or the reclining chair before and after the principal meals.

Avoid eating when bodily or mentally tired, or when in a state of nervous excitement.

Eat plenty of good and wholesome food. Besides your regular meals take a quart of milk daily, from three to six fresh eggs, and plenty of butter and sugar, provided they do not disagree with you.

Eat slowly; chew your food well; avoid anything which causes indigestion.

Keep your teeth in good condition by brushing them regularly.

See that your eating utensils are thoroughly washed after use.

Do not smoke and do not drink liquor, wine or beer, except by special permission; but drink plenty of good, pure water between meal times.

See that your bowels move regularly every day.

Report to the Clinic when directed. Report immediately if you have fever, indigestion, diarrhoea, constipation, pain, increased cough or reddish expectoration. If you are too ill to come to the Clinic, send word.

If you should have a hemorrhage do not become alarmed; keep quiet and send for some doctor, or notify the Clinic.

Try to control your cough as much as possible. You should only cough when you have to expectorate.

Cover your mouth with your handkerchief or hand when you have to cough.

Avoid all bad habits.

If you are in doubt about any matter concerning your treatment or mode of living, ask your doctor.

When the physician prescribes a rest cure, either in bed or on a reclining chair, it must be carried out, either on the veranda, fire escape, roof or in front of an open window.

Your cure depends upon obeying all instructions faithfully.

If you are offered admission to a sanatorium, accept at once.

Advise any of your family, friends or neighbors, who have a persistent cough, and have no doctor, to come to the Clinic.

Don't waste time or money on patent medicines or advertised cures for consumption.

General Information for Consumptives and Those Living with Them

If the matter coughed up be promptly destroyed, a person suffering from consumption may frequently not only do his usual work without giving the disease to others, but may also thus improve his own condition and his chances of getting well. If all the above precautions are observed, there is no danger to the healthy in the ordinary intercourse of the family or society.

Issued by order of

D. M. TOTMAN,
Health Officer.

DR. H. B. DOUST,
Physician in Charge of Clinic.

Cliniche per le malattie polmonari nel Dipartimento Sanitario della Citta' di Syracuse.

AVVISO AGLI AMMALATI

Abbiate speranza e mantenetevi allegri; perchè la vostra malattia può essere guarita, quantunque occorra qualche tempo.

Obbedite strettamente alle prescrizioni dei vostri medici.

Voi potete andar migliorando costantemente per mesi, e perdere tutto per trascuratezza.

Miglioramento non significa guarigione; perciò continuate a venire alla Clinica finchè vi sarà detto di farlo.

Non parlate a nessuno della vostra malattia, salvo che al medico ed all'infermiere.

Non date ascolto alle parole degli altri ammalati, nè seguite i loro suggerimenti o quelli di altri circa la cura della vostra malattia.

I vostri sputi contengono germi e sono dannosi anche a voi stesso, alla vostra famiglia, e vicino, quando non si ha riguardo.

A casa sputate sempre in una sputacchiera piena a metà d'acqua. Vuotate il vaso nella latrina una volta al giorno e lavatelo con acqua bollente.

E molto meglio in verità usare fioschetti di carta, che possono essere bruciati, dopo esservene servito. La Clinica può provvedervene all'uopo.

Quando uscite fuori, sputate in una borsa di carta, che la Clinica vi fornisce, e bruciatela dopo usata. Voi potete anche usare un pezzo di musolina, trasportandolo in un sacchetto di carta e bruciando il tutto al vostro ritorno a casa.

Se essendo fuori, non avete fiaschetto, carta o tela, sputate nel rigagnolo; non sputate mai sul marciapiedi.

Non inghiottite mai lo sputo.

Tenete il meno che potete i panni sporchi, ed i lenzuoli, specialmente i fazzoletti asciutti: quando questi oggetti sono sporchi metteteli nell'acqua finchè siano lavati.

Non baciare nessuno.

Lavatevi sempre bene le mani prima di mangiare, e pulite le unghie.

Radatevi la barba, o tenetela molto corta.

Nella cura della malattia, aria pura, buoni cibi e vita quieta, giovano più della medicina.

Non prendete medicine se non ordinate dal medico.

State all'aria aperta più che potete, possibilmente nei parchi, nei boschi, nei campi.

Non abbiate paura del freddo.

Evitate le correnti d'aria, l'umidità, la polvere ed il fumo. La polvere ed il fumo sono peggio per voi che la neve e la pioggia.

Non state nè dormite mai in camere calde o chiuse.

Nella vostra camera da letto tenete aperta almeno una finestra.

Abbiate una camera per voi solo, o almeno un letto solo per voi.

A cosa, state nella camera più ventilata e più soleggiata. Sarebbe meglio che non vi fosse tappeto, però i piccoli tappetini possono usarsi.

Quando l'ammalato è nella camera non si deve nè spolverare nè pulire.

La pulizia deve essere fatta con un panno umido.

Le drapperie, i mobili coperti di velluto e tutto ciò che assorbe polvere, devono essere allontanati dalla camera del malato.

Portate la maglia secondo la stagione; non usate i "pettorali".

Vestite comodamente e come volete, ma evitate abiti che comprimano il petto ed il collo.

Mantenate i piedi caldi ed asciutti, e portate le scarpe di gomma quando nevica o piove.

Evitate ogni eccitamento non necessario; non correte mai, non alzate mai cose pesanti, non camminate non respirate forzatamente e non fate altro esercizio quando vi sentite stanco, o non fate tali cose fino a stancarvi. Il medico vi dirà quali esercizi potete fare.

Andate a letto presto, e dormite almeno otto ore.

Se siete costretto di lavorare, fate di tutto per riposare quanto più potete, cogliendo ogni occasione opportuna.

Tenete la persona pulita, e fate un bagno caldo una volta per settimana; prendete doccie fredde e bagni freddi secondo le indicazioni del medico.

Evitate di mangiare quando siete agitato o stauco di mente.

Mangiate in abbondanza cibo buono e s'ilubre. Dopo i pasti regolari prendete ogni giorno un litro di latte, da 3 a 6 uova, fresche, e burro e zucchero in abbondanza, purchè ciò non vi disgusti.

Mangiate adagio: masticate bene, ed evitate tutto ciò che possa cagionare indigestione.

Tenete i denti puliti e lavateli collo spazzolino alla fine d'ogni pasto.

Abbiate cura che le vostre posate ed altri articoli da tavola siano ben lavati ogni volta che li usate.

Non fumate, non bevete liquori, vino o birra, salvo ne abbiate il permesso. Ma bevete in abbondanza acqua buona e pura fra i pasti.

Procurate di tenere il vostro ventre libero mediante evacuazioni giornaliere.

Fate i vostri rapporti alla Clinica se ne siete richiesti; informatela se avete febbre, indigestione, diarrea, costipazione, dolori, aumento di tosse, o sputi rossastri.

Se siete troppo animalato per venire alla Clinica, mandatelo a dire.

Se avete emoaragia, non siate spaventato. Tenetevi quieto e mandate per un medico o informate la Clinica.

Cercate di reprimere la tosse quanto più potete. Dovreste tossire solo quando dovete espettorare.

Quando dovete tossire coprite la bocca col fazzoletto.

Evitate cattive abitudini.

Se avete dubbi sulla vostra cura o modo di vivere, domandate il dottore.

Quando il medico prescrive la cura del riposo, o a letto o in una sedia a braccioli, dovete farlo, o in un balcone o in fronte ad una finestra aperta.

La vostra guarigione dipende, dall'ubbidire fedelmente e tutte le istruzioni.

Se vi offrono l'ammissione in un Sanitario, accettate subito. Consigliate chiunque della vostra famiglia, o che abbia una tosse persistente, e non abbia dottore, di venire allo Clinica.

Non perdetevi tempo o danaro in medicine patentate o cure di tubercolosi annunciate a scopo di pubblicità.

Avviso al malato di consunzione ed a chi vive con lui

Se la materio espettorata si distrugge prontamente l'ammalato di consunzione spesso può non solo fare il suo lavoro abituale, senza trasmettere la malattia agli altri, ma può anche migliorare al punto da avere probabilità di ristabilirsi bene. E se tutte le precauzioni suddette sono osservate, non vi è pericolo per i sani nei rapporti della famiglia o della società.

Rilasciato per ordine di

D. M. TOTMAN

Ufficiale Sanitario

DR. H. B. DOUST

Dottore di Cliniche